

Sommercamps 2016

Trainiere wie ein Profi – mit einem Profi!



Die Sommercamps 2016 bieten dir ganz besondere Highlights: du trainierst mit dem Schweizer Ex-Davis-Cup-Spieler Stéphane Bohli und der ehemaligen Nr. 65 der Damen-Weltrangliste, Regina Kulikova. Während der Campwoche arbeitest du zudem mit dem Team der Swiss Tennis Academy (Peter Frey, Thomas Walter und Konditionstrainer Marc Frey) an deinem Spiel und deiner Fitness. Dabei wird dein Spielverhalten analysiert und du erhältst wertvolle Tipps und Verbesserungsmöglichkeiten für deine Entwicklung als Tennisspieler. Mentaltraining bildet in der ersten Camp-Woche einen Schwerpunkt. Alain Meyer (Sportpsychologe beim Nachwuchs des FC Basel) wird dir helfen, mental stärker zu werden.

Camp-Daten

- 1. Woche 25. - 29.07.2016 (Spezialwoche Mentaltraining)
- 2. Woche 01. - 05.08.2016
- 3. Woche 08. - 12.08.2016

Training

- 4 - 5 Stunden Training pro Tag (Tennis und Kondition)
- Ausflug/Rahmenprogramm am Mittwochnachmittag

Zielgruppe

Die Teilnehmenden sind in der Regel zwischen 10 und 18 Jahre alt. Sie müssen in der Lage sein, Matches zu spielen und sollten über eine Klassierung verfügen. Für die Spezialwoche ist zudem eine Klassierung von mindestens R4 oder Jahrgang 2003 (und älter) erforderlich.

Unterkunft

Übernachtung im Swiss Tennis House oder gegebenenfalls in umliegenden Unterkünften.

Kosten

Camp inkl. Mittagessen	CHF 800.00
Camp inkl. Übernachtung (Vollpension)	CHF 1300.00
Zuschlag Mentaltraining halbtags	CHF 250.00
Zuschlag Mentaltraining ganztags	CHF 500.00

Spezialangebot für Spieler der Swiss Tennis Academy

Reduktion auf Grundpreise	CHF -300.00
---------------------------	-------------

Versicherung

Ist Sache der Teilnehmenden.

Die Camps sind bis spätestens eine Woche vor Trainingsbeginn zu bezahlen.

Informationen & Anmeldung

Swiss Tennis Academy
Thomas Walter
Roger-Federer-Allee 1 / Postfach
CH-2501 Biel
Telefon +41 79 753 73 30
thomas.walter@swisstennisacademy.com